

«Утверждаю»
 Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 «14» 01 2023г.

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 12 января 2023 г.
 длительность пребывания в детском саду 12 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (ккал.)	
		Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет	Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	200	100,62	134,16
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Масло	7	10	52,36	74,8
	Кофейный напиток	150	200	103,77	124,52
Итого на завтрак:		337	430	335,35	438,28
2-й завтрак	Яблоки	200	100	90	45
Итого на второй завтрак:		200	100	90	45
Обед	Суп с фасолью	150	200	86,05	111,87
	Рагу из курицы	175	220	229,02	288,57
	Салат из свеклы с огурцом конс.	40	60	50,63	75,95
	Хлеб ржаной	40	50	69,6	87
	Компот из яблок	150	180	45,48	54,58
Итого на обед:		555	710	480,78	619,97
Полдник	Сок	200	200	94	94
	Печенье	40	40	29,76	29,76
Итого на полдник:		240	240	123,76	123,76
Ужин	Капуста тушеная	150	180	117,69	141,23
	Тефтели рыбные	60	70	76,95	90,53
	Батон	30	40	78,6	104,8
	Напиток из шиповника	150	180	71,18	85,41
Итого на ужин:		400	480	344,42	421,38
ИТОГО:		1792	1960	1374,31	1646,99